

Государственное казённое общеобразовательное учреждение Астраханской области для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья «Харабалинская общеобразовательная школа-интернат»

«Рассмотрено на заседании МО»

Руководитель: Н.В. Печенкина *Н.В. Печенкина*
(Протокол № 1 от
« 28 » 08 2025 г.)

«СОГЛАСОВАНО»

с заместителем директора
по УВР
И.А. Аншпакова
И.А. Аншпакова
« 29 » 08 2025 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ГКОУ АО «Харабалинская
общеобразовательная школа-интернат»
Г.В. Савицкая
Г.В. Савицкая
« 01 » 09 2025 г.



АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по учебному предмету

РИТМИКА

5-9 классы

Вариант 1

(для обучающихся с интеллектуальными нарушениями)

2025-2026 учебный год

Пояснительная записка по предмету РИТМИКА 5-9 класс

Рабочая программа по учебному предмету «Ритмика» составлена на основе следующих нормативных документов:

1. Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ.
2. Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), далее ФАООП УО (вариант 1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г номер 1026 (<https://clck.ru/33NMkR>).
3. Постановление № 2 СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» от 28.01.2021 г.
4. Постановление №1 СанПин 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
5. Устав ГКОУ АО «Харабалинская общеобразовательная школа-интернат». Утверждён 29.12.2015г. Распоряжение министерства образования и науки АО № 221.
6. Учебный план ГКОУ АО «Харабалинская общеобразовательная школа-интернат».

Преподавание ритмики в школе обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития обучающихся с ограниченными возможностями здоровья средствами музыкально-ритмической деятельности. Программа детализирует и раскрывает содержание федерального компонента государственного образовательного стандарта, определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития обучающихся с ОВЗ средствами учебного предмета. Ритмика – это танцевальные упражнения под музыку, которые учат чувствовать ритм и гармонично развивают тело. Ритмика способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор.

Цель предмета:

- развитие двигательной активности ребенка в процессе восприятия музыки;
- коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер, которая достигается средствами музыкально-ритмической деятельности;
- развитие общей и речевой моторики, ориентировка в пространстве, укреплению здоровья, формирование навыков здорового образа жизни у обучающихся с интеллектуальными нарушениями.

Общая характеристика учебного предмета ритмика

Специфические средства воздействия, свойственные ритмике, способствуют общему развитию обучающихся с ОВЗ исправлению недостатков физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию.

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально-ритмическая деятельность обучающихся. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах.

В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданными направлениями, перестроения с образованием кругов, квадратов, «звездочек», «каруселей»), движения к определенной цели и между

предметами) осуществляется развитие представления обучающихся о пространстве и умения ориентироваться в нем.

Упражнения с предметами: обручами, мячами, шарами, лентами и т.д. – развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у обучающихся подвижности пальцев, умения ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдать ритмичность и координацию движений рук. Этот вид деятельности важен в связи с тем, что у обучающихся с ОВЗ часто наблюдается нарушение двигательных функций и мышечной силы пальцев рук. Скованность или вялость, отсутствие дифференцировки и точности движений мешают овладению навыками письма и трудовыми приемами. В то же время этот вид деятельности вызывает живой эмоциональный интерес у обучающихся, расширяет их знания, развивает слуховое восприятие.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа. В свою очередь, эмоциональная насыщенность музыки позволяет разнообразить приемы движений и характер упражнений. Движения под музыку не только оказывают коррекционное воздействие на физическое развитие, но и создают благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие. Организующее начало музыки, ее ритмическая структура, динамическая окрашенность, темповые изменения вызывают постоянную концентрацию внимания, запоминание условий выполнения упражнений, быструю реакцию на смену музыкальных фраз.

Задания на самостоятельный выбор движений, соответствующих характеру мелодии, развивают у обучающихся активность и воображение, координацию и выразительность движений. Занятия ритмикой эффективны для воспитания положительных качеств личности. Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, обучающиеся приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся вежливо общаться друг с другом.

Рабочая программа по ритмике состоит из следующих направлений:

1. Упражнения на ориентировку в пространстве.
2. Ритмико-гимнастические упражнения.
3. Игры под музыку.
4. Танцевальные упражнения.
5. Упражнения с детскими музыкальными инструментами.

В каждом разделе изложены упражнения и определен их объем, а также указаны знания и умения, которыми должны овладеть обучающиеся, занимаясь конкретным видом музыкально-ритмической деятельности.

Описание места предмета ритмика в учебном плане

Адаптированная образовательная рабочая программа начального общего образования «Ритмика» 5-9 классы согласно годовому календарному учебному графику, расписанию учебных занятий рассчитана на 1 час в неделю, общее количество часов в год:

5 класс – 34 часа. Общее количество часов - 34

6 класс – 34 часа. Общее количество часов - 34

7 класс – 34 часа. Общее количество часов - 34

8 класс – 34 часа. Общее количество часов – 34

9 класс – 34 часа. Общее количество часов – 34

Общее содержание учебного предмета 5- 9 класс (34 часа- 1 час в неделю)

Программа состоит из пяти разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Упражнения с детскими музыкальными инструментами»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения».

УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ

Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их. Перестроение из простых и концентрических кругов в звёздочки и карусели. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок. Упражнения с предметами, более сложные, чем в предыдущих классах. Ходьба с отображением длительности нот.

РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Общеразвивающие упражнения. Круговые движения головы, наклоны вперёд, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперёд, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на пояс. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперёд, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на гимнастической скамейке, с обручем.

Упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочерёдные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном).

Упражнения на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой («петрушка»). С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка).

То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

УПРАЖНЕНИЯ С ДЕТСКИМИ МУЗЫКАЛЬНЫМИ ИНСТРУМЕНТАМИ

Круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак). Противопоставление одного пальца остальным. Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений.

Выполнение несложных упражнений, песен на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни.

ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малокоонтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование.

Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

Планируемые результаты учебного предмета РИТМИКА

На уроках ритмики постоянно чередуются нагрузка и отдых, напряжение и расслабление. К увеличению напряжения и нагрузки ученики привыкают постепенно, что благотворно сказывается потом на других уроках.

Занятия по ритмике тесно связаны с обучением на уроках физкультуры и музыки, дополняя друг друга. Ведь именно уроки ритмики наряду с другими предметами способствуют общему разностороннему развитию школьников, корректируют эмоционально-волевую зрелость. У детей развивается чувство ритма, музыкальный слух и память. На уроках дети совершенствуют двигательные навыки, у них развивается пространственная ориентация, улучшается осанка, формируется чёткость и точность движений.

Занятия ритмикой положительно влияют на умственное развитие детей: ведь каждое занятие нужно понять, осмыслить, правильно понять, осмыслить, правильно выполнять движения, вовремя включаться в деятельность, надо осмыслить соответствие выбранных движений характеру музыки. Эти занятия создают благоприятные условия для развития творческого воображения школьников. Бесспорно также их воздействие на формирование произвольного внимания, развитие памяти. Потребность детей в движении превращается в упорядоченную и осмысленную деятельность. Уроки ритмики оказывают на детей организующее и дисциплинирующее влияние, помогают снять чрезмерную возбудимость и нервозность.

Уроки ритмики в целом повышают творческую активность и фантазию школьников, побуждают их включаться в коллективную деятельность класса. Постепенно ученики преодолевают скованность, у них возрастает осознание ответственности за свои действия перед товарищами, приобретают способность к сценическому действию под музыку. С использованием элементов костюма и декорации, отработанные сценические музыкальные постановки удобно использовать при проведении детских утренников. Особенно хочется отметить ценность народных плясок и танцев. Они приобщают детей к народной культуре. Все народные танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения детей между собой. В них дети учатся внимательно относиться к партнёру, находить с ним общий ритм движения.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения предмета РИТМИКА

Личностные УУД:

- положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию.

Коммуникативные УУД:

- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- обращаться за помощью и принимать помощь;

- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
- сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми.

Познавательные УУД:

- выделять существенные, общие и отличительные свойства предметов;
- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
- пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;
- наблюдать, работать с информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленные на бумажных и электронных и других носителях).

Личностные результаты:

- наличие эмоционального отношения к искусству, эстетического взгляда на мир в его целостности, художественном и самобытном разнообразии;
- приобретение начальных навыков социокультурной адаптации в современном мире и позитивная самооценка своих музыкально-творческих возможностей;
- развитие мотивов музыкально-учебной деятельности.

Метапредметные результаты:

- наблюдение за различными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности, понимание их специфики и эстетического многообразия;
- ориентированность в культурном многообразии окружающей действительности, участие в жизни класса.

Предметные результаты:

- развитие художественного вкуса, устойчивого интереса к музыкально-ритмическому искусству и различным видам (или какому-либо виду) творческой деятельности;
- развитое художественное восприятие, умение оценивать произведения разных видов искусств, размышлять о музыке и танцевальном искусстве как способе выражения духовных переживаний человека;
- общее понятие о роли музыки в жизни человека и его духовно-нравственном развитии, знание основных закономерностей музыкального и танцевального искусства;
- представление о художественной картине мира на основе освоения отечественных традиций и постижения историко-культурной, этнической, региональной самобытности музыкального и танцевального искусства разных народов.

Обучающиеся научатся:

- воспринимать танцевальную музыку различных жанров;
- эстетически откликаться на искусство, выражая свое отношение к нему в различных видах музыкально-танцевальной творческой деятельности;
- определять виды танцев, сопоставлять различные танцевальные музыкальные образы;
- общаться и взаимодействовать в процессе коллективного воплощения различных танцевальных художественных образов.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Содержание	Количество часов				
		5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс
1	Раздел I. Упражнения на ориентировку в пространстве.	5	5	5	6	6
2	Раздел II. Ритмико-гимнастические упражнения	13	13	13	13	13
3	Раздел III. Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	4	3	4	4	4
4	Раздел IV. Игры под музыку.	5	6	6	5	6
5	Раздел V. Танцевальные упражнения.	7	7	6	6	5
	Итого:	34	34	34	34	34

Поурочное планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся по предмету РИТМИКА в 5 классе

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Дата
1	Теоретические сведения. Понятие о ритме движения и музыки.	1	
2	Специальные ритмические упражнения. Ритмическая ходьба на счёт 1, на счёт 2, 3.	1	
3	Упражнения на связь движений с музыкой. Постепенное изменение темпа при ходьбе и беге.	1	
4	Упражнения ритмической гимнастики. Без предметов. Со скакалкой.	1	
5	Упражнения ритмической гимнастики. Со скакалкой. Гимнастической палкой.	1	
6	Подготовительные упражнения к танцам. Полуприседания. Упражнения для ступни.	1	
7.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. «Чиж в клетке», «Кот и мыши».	1	
8.	Упражнения ритмической гимнастики. Со скакалкой. Гимнастической палкой.	1	
9.	Теоретические сведения. Что такое музыкальная речь.	1	
10.	Специальные ритмические упражнения. Ходьба с проговариванием слов и с хлопками.	1	
11.	Упражнения ритмической гимнастики. Короткой скакалкой.	1	
12.	Упражнения ритмической гимнастики. Гимнастической палкой.	1	
13.	Подготовительные упражнения к танцам. Выставление ноги на носок.	1	

14.	Элементы танцев. «Наездники» (прямой галоп). Круговой галоп.	1	
15.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. Салки, руки на стену.	1	
16.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. Со скакалкой. Гимнастической палкой.	1	
17.	Теоретические сведения. Понятие о фразе и предложении в музыке.	1	
18.	Специальные ритмические упражнения. Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов).	1	
19.	Упражнение на связь движений с музыкой. Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы.	1	
20.	Упражнения ритмической гимнастики. Без предметов. С мячом.	1	
21	Элементы танцев. Хороводный шаг. Шаг польки.	1	
22	Подвижные, музыкально-ритмические и речевые игры: «Пустое место», «Мяч в воздухе», «Отбивай мяч».	1	
23	Теоретические сведения. Что такое ритмический рисунок.	1	
24	Специальные ритмические упражнения. Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями.	1	
25	Упражнения ритмической гимнастики с гимнастической палкой.	1	
26	Упражнения ритмической гимнастики	1	
27	Подготовительные упражнения к танцам. Вставание на полупальцы.	1	
28	«Полька» - работа над синхронным исполнением	1	
29	«Полька» - парное положение	1	
30	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра «Космонавты».	1	
31	Ходьба и танцевальные шаги	1	
32	Упражнения с предметами	1	
33	Имитационные упражнения: «Ёжик», «Ветер и облака».	1	
34	Парные движения. Итоговый урок-повторение.	1	
Итого: 34 часа			

Поурочное планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся по предмету РИТМИКА в 6 классе

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Дата
1.	Теоретические сведения. Понятие о ритме движения и музыки.	1	
2.	Специальные ритмические упражнения. Ритмическая ходьба на счёт 1, на счёт 2, 3.	1	
3.	Упражнения на связь движений с музыкой. Постепенное изменение темпа при ходьбе и беге.	1	
4.	Упражнения ритмической гимнастики. Без предметов. Со скакалкой.	1	
5.	Упражнения ритмической гимнастики. Со скакалкой. Гимнастической палкой.	1	
6.	Подготовительные упражнения к танцам. Полуприседания. Упражнения для ступни.	1	
7.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. Чиж в клетке. Кот и мыши.	1	
8.	Упражнения ритмической гимнастики. Со скакалкой. Гимнастической палкой.	1	
9.	Теоретические сведения. Что такое музыкальная речь.	1	
10.	Специальные ритмические упражнения. Ходьба с проговариванием слов и с хлопками.	1	
11.	Упражнения ритмической гимнастики. Короткой скакалкой.	1	
12.	Упражнения ритмической гимнастики. 1. Гимнастической палкой.	1	
13.	Подготовительные упражнения к танцам. Выставление ноги на носок.	1	
14.	Элементы танцев. «Наездники» (прямой галоп). Фигура - диагональ.	1	
15.	Элементы танцев. Круговой галоп. Фигура - ручеёк.	1	
16.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. Салки, руки на стену.	1	
17.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. Два Мороза.	1	
18.	Упражнения ритмической гимнастики. Со скакалкой. Гимнастической палкой.	1	
19.	Теоретические сведения. Понятие о фразе и предложении в музыке.	1	

20.	Специальные ритмические упражнения. Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов).	1	
21	Упражнение на связь движений с музыкой. Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы.	1	
22	Упражнения ритмической гимнастики. Без предметов. С мячом. Элементы танцев.	1	
23	Хороводный шаг. Танцы: «Травушка-муравушка», «Полька».	1	
24	Подвижные, музыкально-ритмические и речевые игры: «Пустое место», «Мяч в воздухе», «Отбивай мяч».	1	
25	Теоретические сведения. Что такое ритмический рисунок.	1	
26	Специальные ритмические упражнения. Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями.	1	
27	Упражнения ритмической гимнастики с гимнастической палкой.	1	
28	Упражнения ритмической гимнастики	1	
29	Подготовительные упражнения к танцам. Вставание на полупальцы.	1	
30	«Полька» - работа над синхронным исполнением. Подвижные музыкально-ритмическая и речевая игра: «Космонавты».	1	
31	«Полька» - парное положение	1	
32	Использование всего тела, включая руки, корпус и ноги.	1	
33	Синхронность движений с ритмом музыки	1	
34	Движения, совершаемые в пространстве, такие как повороты, шаги вперед, назад и в стороны	1	
Итого: 34 часа			

Поурочное планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся по предмету РИТМИКА в 7 классе

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Дата
1	Теоретические сведения. Понятие о ритме движения и музыки.	1	
2	Музыкально-ритмические движения «Великаны и гномы». Марш по периметру зала	1	
3	Игра «Великаны и гномы». Ритмико-гимнастические упражнения	1	
4	Релаксирующие упражнения. Подвижные игры с мячом. Игра «Секретное задание».	1	
5	Игра «Я знаю пять названий». Ритмические упражнения с скакалкой.	1	
6	Релаксирующие упражнения. Подвижные игры с мячом.	1	
7	Инсценировка песни. Отработка маршевого шага.	1	
8	Упражнения на координацию движений. Игра «Соседи». Танцевальные элементы «Увезу тебя я в тундру».	1	
9	Игра «Я знаю пять названий». Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры: «Пустое место», «Мяч в воздухе»	1	
10	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры: «Отбивай мяч», «Вороны и воробьи».	1	
11	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры «Охотники и утки», «Лиса и куры».	1	
12	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры «Вороны и воробьи», «Охотники и утки».	1	
13	Подготовительные упражнения к танцам. Вставание на полу пальцы.	1	
14	Упражнения ритмической гимнастики. Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями.	1	
15	Теоретические сведения. Что такое ритмический рисунок. Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра «Пустое место».	1	
16	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра «Мяч в воздухе», «Отбивай мяч». Танец «Травушка-муравушка».	1	
17	Элементы танца. «Хороводный шаг».	1	

18	Упражнения ритмической гимнастики. Без предметов и с мячом.	1	
19	Упражнения ритмической гимнастики. Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы.	1	
20	Специальные ритмические упражнения. Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз). Теоретические сведения. Понятие о фразе и предложении в музыке.	1	
21	Упражнения ритмической гимнастики. Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. « Два Мороза», «Салки, руки на стену».	1	
22	Круговой галоп. Элементы танцев. Выставление ноги на носок.	1	
23	Упражнения ритмической гимнастики. Игра «Покажи жестами». Упражнения и игры со скакалкой.	1	
24	Прохлопывание ритма песен. Упражнения на координацию движений, дыхательные и релаксирующие.	1	
25	Марш по периметру зала, отработка поворотов	1	
26	Упражнения с мячом. Игра «Догадайся! Что это?». Марш с перестроением в колонну подвое.	1	
27	Передача характера музыки в движении. Упражнения с мячом под стихотворный текст и под музыку.	1	
28	Движения в парах. Игра «Море волнуется». Повороты в парах. Игры «Через границу», «Рыбак и рыбки».	1	
29	Отработка маршевого шага. Ритмические упражнения с скакалкой.	1	
30	Подвижные игры с мячом. Музыкально-ритмические движения «Великаны и гномы» Игра «Я знаю пять названий».	1	
31	Передача характера музыки в движении. Упражнения с лентами под стихотворный текст и под музыку.	1	
32	Упражнения на построение в различных формациях (круг, шеренга, колонна)	1	
33-34	Разучивание танцевальных комбинаций и движений	2	
Итого: 34 часа			

Поурочное планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся по предмету РИТМИКА в 8 классе

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Дата
1	Теоретические сведения. Понятие о ритме движения и музыки.	1	
2	Музыкально-ритмические движения «Великаны и гномы» Марш по периметру зала.	1	
3	Игра «Великаны и гномы». Ритмико-гимнастические упражнения	1	
4	Релаксирующие упражнения. Подвижные игры с мячом. Игра «Секретное задание».	1	
5	Игра «Я знаю пять названий». Ритмические упражнения с скакалкой.	1	
6	Релаксирующие упражнения. Подвижные игры с мячом.	1	
7	Инсценировка песни. Отработка маршевого шага.	1	
8	Разучивание ритмической зарядки	1	
9	Упражнения на координацию движений. Игра «Соседи». Танцевальные элементы «Увезу тебя в тундру».	1	
10	Игра «Я знаю пять названий». Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры: «Пустое место», «Мяч в воздухе»	1	
11	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры «Отбивай мяч», «Вороны и воробьи».	1	
12	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры «Охотники и утки», «Лиса и куры».	1	
13	Работа в парах – шаг с носка, повороты. Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра «Вороны и воробьи».	1	
14	Танец. «Полька». Подготовительные упражнения к танцам. Вставание на полу пальцы.	1	
15	Упражнения ритмической гимнастики. Без предметов. Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями.	1	
16	Теоретические сведения. Что такое ритмический рисунок. Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра «Вороны и воробьи».	1	
17	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра «Мяч в воздухе». Танец «Травушка-муравушка».	1	

18	Танец. «Полька». Элемент танца. «Шаг польки». Элемент танца. «Хороводный шаг».	1	
19	Упражнения ритмической гимнастики с мячом. Упражнения ритмической гимнастики без предметов.	1	
20	Упражнение на связь движений с музыкой. Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы.	1	
21	Специальные ритмические упражнения. Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами счётов.	1	
22	Теоретические сведения. Понятие о фразе и предложении в музыке. Упражнения ритмической гимнастики.	1	
23	Круговой галоп. Выставление ноги на носок.	1	
24	Упражнения ритмической гимнастики. Игра «Покажи жестами». Упражнения и игры со скакалкой.	1	
25	Прохлопывание ритма песен Дыхательные и релаксирующие упражнения.	1	
26	Упражнения на поскоки. Марш по периметру зала, отработка поворотов.	1	
27	Упражнения с мячом. Игра «Догадайся! Что это?». Упражнения на координацию движений.	1	
28	Передача характера музыки в движении. Игра «День-ночь».	1	
29	Движения в парах. Игра «Море волнуется».	1	
30	Разучивание элементов русского хоровода: мелкий шаг наносочках, движения руками во время ходьбы. Игры «Через границу».	1	
31	Разучивание элементов русских народных движения: русский бег.	1	
32	Ритмические упражнения с скакалкой.	1	
33	Русская народная танцевальная композиция. Музыкально-ритмические движения «Великаны и гномы»	1	
34	Итоговый урок	1	
Итого: 34 часа			

Поурочное планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся по предмету РИТМИКА в 9 классе

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата
1	Упражнения на ориентировку в пространстве: основные танцевальные точки. Ритмическая ходьба под счёт с предметами	1	
2	Упражнения на ориентировку в пространстве: выполнение перестроений.	1	
3	Ритмико-гимнастические упражнения: упражнения на координацию движений. Понятие о рабочей и опорной ноге. Позиции ног.	1	
4	Ритмико-гимнастические упражнения: упражнения на связь движений с музыкой. Постепенное изменение темпа при выполнении движений.	1	
5	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию без предметов и с предметами.	1	
6	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	1	
7	Подготовительные упражнения к танцам: позиций рук	1	
8	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры: «Делай, как я». Упражнения на ориентировку в пространстве.	1	
9	Ритмико-гимнастические упражнения без предметов и с предметами.	1	
10	Ритмико –гимнастические упражнения на сложную на координацию движений с предметами	1	
11	Подготовительные движения к танцам: элементы русской пляски	1	
12	Танцевальная композиция «Вальс».	1	
13	Танцевальная композиция «Вальс».	1	
14	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. «Если нравится тебе».	1	
15	Упражнения на ориентировку в пространстве. Перестроение из простых и концентрических кругов в звёздочки и карусели	1	
16	Ритмико-гимнастические упражнения: упражнения на связь движений с музыкой и координацию.	1	

	Изменение положения головы, туловища, рук с различными интервалами.		
17	Ритмико-гимнастические упражнения: упражнение на связь движений с музыкой.	1	
18	Ритмико-гимнастические упражнения: упражнения на координацию и ориентирование в пространстве. Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы	1	
19	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	1	
20	Музыкально-ритмические и речевые игры «Музыкальные стаканчики»	1	
21	Танцевальная композиция «Вальс».	1	
22	Танцевальная композиция «Вальс».	1	
23	Танцевальная композиция «Вальс».	1	
24	Музыкально-ритмические и речевые игры «Рыбаки и рыбки».	1	
25	Упражнения на ориентировку в пространстве. Перестроения из круга.	1	
26	Упражнения ритмической гимнастики без предметов.	1	
27	Специальные ритмические упражнения с гимнастической палкой, с мячом, обручем	1	
38	Подготовительные упражнения к танцам: элементы русской пляски.	1	
29	Танцевальная композиция «Вальс».	1	
30	Танцевальная композиция «Вальс».	1	
31	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. «Пустое место». «Охотники и утки»	1	
32	Хороводы, танцевальные шаги по кругу	1	
33	Упражнения в парах и хороводы	1	
34	Развитие чувства ритма, гибкости и пластичности тела	1	
Итого: 34 часа			

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательной деятельности

1. «Коррекционная ритмика комплекс практических материалов и технология работы с детьми старшего дошкольного возраста с ЗПР».
2. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида под редакцией Воронковой В.В. 1-4 классы - М.:«Просвещение», 2010 год.
3. Детские электронные книги и презентации - <http://viki.rdf.ru/>
4. DVD « Школа танцев для детей»
5. Единая коллекция - <http://collection.cross-edu.ru/catalog/rubr/f544b3b7-f1f4-5b76-f453-552f31d9b164>
6. Компьютер
7. Музыкальный центр
8. Мультимедийный проектор
9. Ленты
10. Презентация «Урок ритмики и танца»
11. Презентация «Волшебный мир танца»
12. Российский общеобразовательный портал - <http://music.edu.ru/>
13. Детские музыкальные инструменты: бубен, барабан, детское пианино.

ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ:

1. www.dance-city.narod.ru
2. www.danceon.ru
3. www.mon.gov.ru